

1 – Luz e Cor

Não queremos aqui entrar em emaranhados teóricos de física e química, o que nos interessa realmente me design (pelo menos inicialmente) é o fator psicológico da cor, sua função como símbolo e as convenções associadas à tal fator. Primeiramente um pouco de Johann Wolfgang Goethe (1749 – 1832) para elevar a alma:

Quando se fala das cores, não se deve, em primeiro lugar, mencionar a luz? (...) As cores são ações e paixões da luz. Nesse sentido, podemos esperar delas alguma indicação sobre a luz. Na verdade, luz e cores se relacionam perfeitamente, embora devamos pensá-las como pertencendo à natureza em seu todo: é ela inteira que assim quer se revelar ao sentido da visão.

O olho deve sua existência à luz. De órgãos animais a ela indiferentes, a luz produz um órgão que se torna seu semelhante. Assim o olho se forma na luz e para a luz, a fim de que a luz interna venha ao encontro da luz externa.

Lembremos aqui a antiga escola jônica, que com toda gravidade sempre repetiu que "O igual só é conhecido pelo igual." Recordemos as palavras de um antigo místico, que em rimas alemãs podem ser expressas assim:

Se o olho não tivesse sol,

Como veríamos a luz?

Sem a força de Deus vivendo em nós,

Como o divino nos seduz?

(Plotino)

Ninguém pode negar a afinidade imediata do olho com a luz, embora seja bem mais difícil pensá-los simultaneamente como uma coisa só. Todavia, isso se torna mais evidente quando se diz que uma luz latente vive no olho, podendo ser estimulada ao menor efeito interno ou externo. Na escuridão podemos evocar, com esforço da imaginação, as mais claras imagens. No sonho, os objetos aparecem como em pleno dia. Durante a vigília o mais leve efeito luminoso externo é notado.

(GOETHE, J.W. **Doutrina das Cores**. São Paulo: Nova Alexandria, 1993)

Foi justamente Goethe que desenvolveu as primeiras pesquisas substanciais sobre a psicologia das cores, associando influências e estados psicológicos associados à determinadas cores. Antes dele havia o “Tratado da Pintura e da Paisagem: Sombra e Luz” de Leonardo da Vinci, que consistiam em uma soma de ensaios e formulações teóricas sobre o tema do mestre italiano. Vem deste tratado os conceitos de cores primárias e já adiantava o branco como somatório de todas as cores “O branco é o resultado de outras cores, a potência receptiva de toda cor”. Outro ponto importante dos escritos de Leonardo da Vinci é o conceito de luz e trevas como meio de revelação dos fenômenos cromáticos, no que afirma: “A soma das sombras é proporcional à soma das luzes, e quanto mais forte é a obscuridade que se vê, mais esplendor tem a luz.”

Mas de todas as descobertas de Leonardo, nenhuma teve maior importância para o colorido nas artes visuais que a da simultaneidade dos contrastes de cor. Leonardo mostrou que uma cor ao lado de outra mais escura tende a parecer mais clara do que realmente é, enquanto a outra se torna ainda mais escura pela aproximação da mais clara.

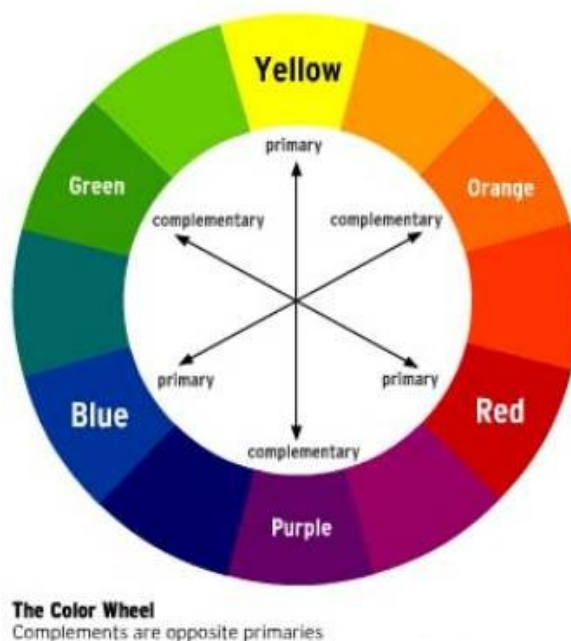
Voltando aos conceitos colocados por Goethe, foi ele a maior influência dos artistas modernos e contemporâneos, no tema da utilização estética dos princípios cromáticos. Apesar de sua polêmica contestação da teoria de Newton sobre as cores, a doutrina formulada por Goethe foi fundamental para o conhecimento dos fatores fisiológicos e psicológicos das cores. Considerava a cor como um efeito que, embora dependente da luz, não era a própria luz. De acordo com sua formulação luz,

sombra e cor deveriam coexistir para o surgimento da visão, como afirmava: “a claridade, a obscuridade e a cor constituem, juntas, os meios que possibilitam à vista diferenciar os objetos e suas diversas partes. De forma que, baseados nesses três fatores, construímos o mundo visível, tornando possível ao mesmo tempo a pintura, capaz de representar a visão de um mundo muito mais perfeito do que possa ser o mundo real.”

Foi Goethe o primeiro a ressaltar a importância da tríade amarelo-púrpura-azul, ao defender o caráter primário da púrpura em substituição ao vermelho. Mas a púrpura de que ele fala é a cor denominada atualmente magenta. Depois de longas contradições, aceita-se hoje integralmente sua formulação, por constatar que as colorações magenta, amarelo e ciano são as que melhor correspondem à condição de primárias em cor-pigmento.

1.1 – Disco Cromático

O disco cromático não é um instrumento científico de classificação de cores, mas é muito útil no entendimento da teoria das cores. Geralmente usado para estudar as cores-pigmento, o disco cromático pode ser desenvolvido em qualquer material, lembrando-se que cores-luz e cores pigmentos sofrem alterações de acordo com sua própria essência.



Cores complementares: Note no gráfico, que uma cor primária é sempre complementada por uma cor secundária. Esta é a cor que está em oposição a posição desta cor primária. Por exemplo, a cor complementar do vermelho é o verde. As cores complementares são usadas para dar força e equilíbrio a um trabalho criando contrastes. Raramente se usa apenas cores complementares em um trabalho, o efeito pode ser desastroso, mas em alguns casos é extremamente interessante. Os pintores figurativos em geral usam as cores complementares apenas para acentuar as outras criando assim, equilíbrio no trabalho. Vale lembrar que as cores complementares são as que mais contrastes entre si oferecem, sendo assim, se queremos destacar um amarelo, devemos colocar junto dele um violeta. Outra característica importante das cores complementares é que elas se neutralizam entre si. O que isso quer dizer? Que se quisermos tirar a "potência" de um amarelo, basta acrescentar-lhe certa quantidade de violeta até que neutralizando-o em um tom de cinza, até chegar ao preto.

Cores análogas: São as que aparecem lado-a-lado no gráfico. São análogas porque há nelas uma mesma cor básica. Por exemplo o amarelo-ouro e o laranja-avermelhado tem em comum a cor laranja. As cores análogas, ou da mesma "família" de tons, são usadas para dar a sensação de uniformidade. Uma composição em cores análogas em geral é elegante, porém

deve-se tomar o cuidado de não a deixar monótona.

Cores neutras: Os cinzas e os marrons são consideradas as cores neutras, mas podem ser neutras também os tons de amarelos acinzentados, azuis e verdes acinzentados e os violetas amarronzados. A função das cores neutras é servir de complemento da cor aproximada, para dar-lhe profundidade, visto que as cores neutras em geral tem pouca reflexividade de luz.

1.2 – Matiz, Tom, Saturação e Luminosidade

Matiz é a característica que diferencia uma cor da outra, é a cor em sua máxima intensidade, em resumo podemos afirmar que é a própria cor. É também a variação de tonalidade obtida pela mistura de duas cores em sua máxima intensidade, sem mistura de pigmentos pretos ou brancos, formando novas cores. Já o que chamamos de “tom” é a gradação cromática da matiz, portanto tom é a variação qualitativa da cor, e é óbvio que está diretamente relacionado aos vários comprimentos de onda. Uma cor saturada é obtida quando não estão presentes branco ou preto, mas está exatamente dentro do comprimento de onda que lhe corresponde no seu espectro solar.

Luminosidade é a denominação que damos à capacidade que possui qualquer cor de refletir a luz. A luminosidade decorre da iluminação, assim como a saturação e a cor. É por isso que, à noite, na praia, não vemos a areia tão branca como de dia. Ao acrescentarmos o preto a uma determinada cor, reduzimos sua luminosidade (alguns autores preferem usar o termo valor em vez de luminosidade).

1.3 – Cor-luz / Cor-pigmento

Cor-luz, ou luz colorida, é a radiação luminosa visível que tem como síntese aditiva a luz branca. Sua melhor expressão é a a luz solar, por reunir de forma equilibrada todos os matizes existentes na natureza.

Cor-pigmento é a substância material que, conforme sua natureza, absorve, refrata e reflete os raios luminosos da luz que se difunde sobre ela. O pigmento é o que dá cor a tudo o que é material. O que faz com que identifiquemos um corpo de uma determinada cor é sua capacidade de absorver os demais raios da luz branca incidente, refletindo para nossos olhos apenas a cor percebida. O branco é a presença de todas as cores, não absorve, mas reflete todas as cores, o preto, ao contrário, e a ausência de cores, ou seja, todas são absorvidas.

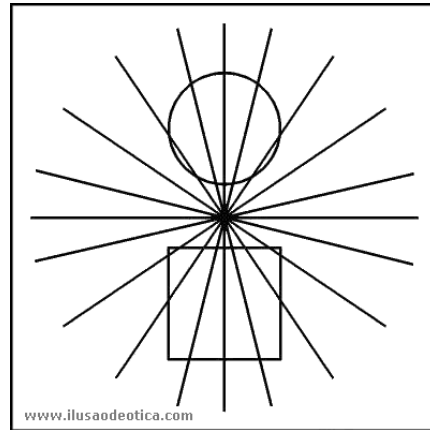
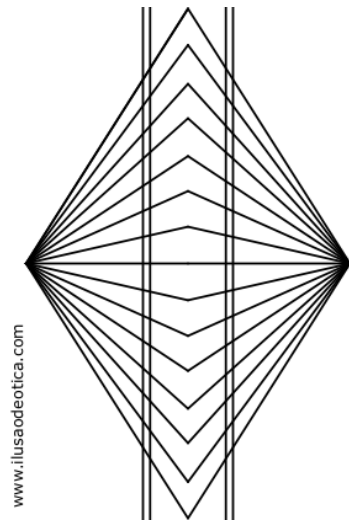
1.4 – Ilusões de Ótica

A retina capta a imagem do objeto numa determinada posição e de uma determinada cor. Entretanto, a cor pode depender de fatores de iluminação, de contraste e mesmo variar segundo as condições de fadiga da retina. e a forma pode ser distorcida pela imagem ou por engano dos sentidos. a isso damos o nome de ilusão.

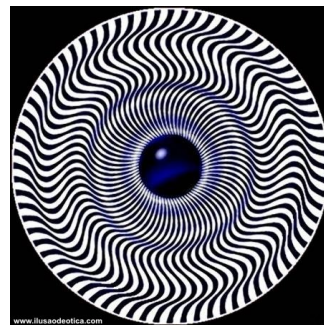
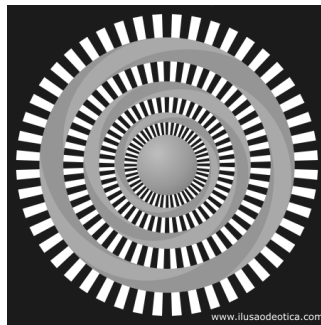
O designer, arquiteto e teórico da arte alemã Walter Gropius, em sua obra “A Nova Arquitetura e a Bauhaus”, cita a construção do Partenon, onde tanto as linhas horizontais como as verticais foram realizadas com desvios propositais para se conseguirem determinados efeitos. Pode-se constatar que os degraus têm um levantamento no centro: eles não têm, na realidade, uma linha reta, o efeito de horizontalidade é visual. O mesmo acontece com as colunas, que sofrem um desvio real para o centro, o que lhes confere, visualmente, uma verticalidade não existente na realidade.

O indivíduo é um todo complexo, e os vários sistemas que o constituem são interligados e só para efeito de estudos podemos dividi-los. Dentro dessa mesma concepção, podemos agrupar as ilusões óticas, classificando-as em geométricas, fisiológicas de movimento e psicológicas.

- Ilusões geométricas: Nas ilusões geométricas, podemos ter a percepção de uma imagem alterada devido a fatores que dão a impressão equivocada.



- Ilusões fisiológicas de movimento: Podemos considerar como ilusões fisiológicas de movimento as causadas por processos retinianos ou por problemas nos centros visuais. Fatores fisiológicos, como a acomodação, convergência e contração da pupila, podem levar a sensações equivocadas.



- Ilusões psicológicas: Ilusões produzidas por oscilações da atenção, confusão entre figura e fundo, motivadas normalmente por elementos simbólicos do interprete e convenções sociais.



1.5 – Pós Imagem

Um fenômeno interessante de ser observado é o da pós-imagem. Quando, por exemplo, fixamos durante algum tempo uma superfície vermelho-magenta e rapidamente deslizamos

o olhar para uma superfície branca, veremos, no lugar dessa superfície branca, um verde, que é a sua cor complementar. Segundo a teoria da forma, o olho tende a efetuar uma complementação. Assim, as pós-imagens serão sempre complementares da cor que o indivíduo tenha fixado. As cores complementares, conforme dizia Goethe, “se exigem entre si”.



A vista adaptada a uma cor torna-se mais sensível às cores contrárias. Essa sensibilidade aumenta de acordo com a intensidade ou duração da excitação, até o ponto de saturação. Quando uma parte da retina se satura sob o efeito de uma cor, a parte restante reage de várias maneiras, podendo até criar fisiologicamente a cor que lhe é contrária, como forma de dessaturação, em busca do equilíbrio perdido. Esse é o mecanismo fisiológico da formação dos contrastes simultâneos e sucessivos de cores, das imagens posteriores negativas e positivas, dos efeitos de deslumbramento e da cegueira momentânea causada pelos ambientes escuros aos olhos adaptados à claridade.

Independente de percebermos ou não, todos os estímulos coloridos geram pós-imagens. Algumas são fracas e momentâneas, outras são mais fortes e de duração mais prolongada, dependendo da intensidade e da duração de exposição ao estímulo. Embora estas imagens transitórias não sejam tratadas como ilusões, mas sim sensações reais, elas podem produzir efeitos de cores, que podem ser considerados misteriosos e ilusórios quando suas causas não são conhecidas.

Para que serve o conhecimento tão exato deste fenômeno? É que o cansaço visual que ocorre quando o homem é exposto a áreas altamente iluminadas (iluminação intensa em locais de trabalho de laboratórios, cirurgia, regulagem de aparelhos de precisão, trabalhos com micrômetros e tantos outros como áreas de exposição de feiras, supermercados, pode ser amenizado mediante o uso correto de cores e iluminação). Um exemplo disso que foi mencionado é o atual uso de azulejos, pisos, lençóis, aventais, máscaras e vestimentas dos cirurgiões em cor verde-azulada nas salas de cirurgia, pois esta cor é a complementar dos tecidos do corpo humano que é o vermelho-alaranjado.

Os lençóis brancos geram pós-imagens negras e fazem com que os cirurgiões percam preciosos segundos até que a retina deles se adapte ao novo campo visual. Os lençóis verde-azulados geram pós-imagens vermelho-alaranjadas e possibilitam ao operador ver com exatidão o campo operatório. Ao olhar para a cavidade cirúrgica gera uma pós-imagem verde-azulada a qual se identifica com a cor da sala de cirurgia, auxiliando consideravelmente no ato cirúrgico. Em todo e qualquer trabalho onde a pessoa necessita de extrema acuidade visual, recomenda-se fazer compensações visuais desta ordem.

Nas peças gráficas que estão expostas a luz intensa também é necessário observar que não aconteça a geração da pós-imagem concomitante. No cinema e na televisão este problema ocorre em menor escala devido a alta luminosidade refletida pela tela ou vídeo.

2 – Conceitos Básicos

No estudo das cores existem elementos psicológicos básicos aos quais devemos nos deter. São conceitos relativos à percepção e sua distorção, sejam quais forem, que acabam por gerar reações pessoais das mais diversas. Abaixo relacionamos os principais conceitos:

2.1 – Cores Quentes e Frias

As sensações de calor e frio em relação a uma cor são relativas ao indivíduo que a vê, mas é inegável que as cores possuem um significado psicológico e filosófico específico, que já é de importância universal. A conotação das cores em quentes e frias está relacionada com as experiências emocionais e também pelos efeitos práticos referentes à absorção e reflexão da luz e calor pelas cores. Quando a luz incide sobre um objeto, uma porcentagem dessa luz é refletida de volta e a quantidade varia de acordo com a cor da superfície. A branca reflete cem por cento da claridade que sobre ela incide, enquanto que, o preto e as cores escuras, absorvem totalmente a luz e o calor.



Normalmente denominamos de cores quentes as que tendem para o amarelo, e suas matizes com os alaranjados e avermelhados e, de cores frias as que tendem para o azul, e as matizes entre o verde, azul e violeta.

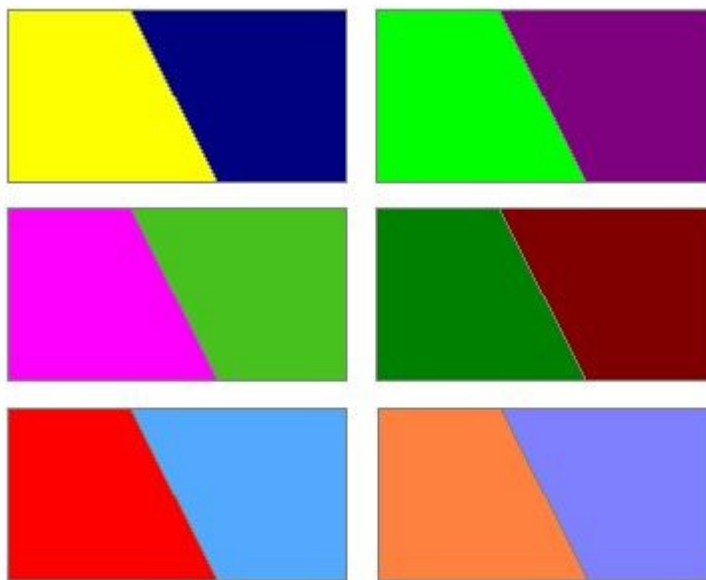
As cores quentes estimulam a circulação do observador e são profundamente excitantes, sensuais, despertam calor humano e são favoráveis a aglomeração de confraternização ou cooperação mútua. Conotam também proximidade, densidade, materialidade; elas avançam em nossa direção, diminuindo o espaço. Em mensagens transmitem carinho e aproximação fraternal. Por outro lado, as cores frias diminuem a circulação do observador, causando uma ligeira queda na temperatura do corpo; são impessoais e denotam certo afastamento emocional. Provocam sensação de distância, transparência, abertura e imaterialidade, recuando e abrindo o espaço.

Uma infinidade de tons poderão ser classificados como cores frias ou como cores quentes, dependendo da porcentagem de azuis, vermelhos e amarelos de suas composições. Além disso, uma cor tanto poderá parecer fria como quente, dependendo da relação estabelecida entre ela e as demais cores de determinada gama cromática. Um verde médio,

numa escala de amarelos e vermelhos, parecerá frio. O mesmo verde, frente a vários azuis, parecerá quente.

2.2 – Contraste

A força expressiva da cor, quando usada numa composição, está subordinada a uma série de regras, que podem alterar, aumentar ou moderar o seu poder. Conforme seu uso, a cor pode até anular sua expressividade. O uso de cores contrastantes, quando bem empregado, pode conduzir à um conjunto harmônico com a vantagem de despertar interesse pela vivacidade ou mesmo pela tensão que ocasiona.



O contraste é definido como oposição entre coisas. No tocante a cores, uma cor tem a finalidade de fazer sobressair aquela figura ou o elemento a ser destacado. Podemos dizer que um bom contraste favorece a nitidez de contornos diferenciando a figura do fundo. Os contrastes chamam a atenção em primeiro lugar, ajudam na memorização dos detalhes e na distinção dos mesmos no espaço, sugerem profundidade, distância e tridimensionalidade.

Entre os acromáticos branco e preto e seus tons, que variam entre eles, o contraste é de grande valia para muitos profissionais. Empregam-se escalas de diferentes valores de luminosidade a fim de suprirem a falta de cores num determinado trabalho. Podem-se conseguir contrastes de um tom saturado por meio de sua modulação empregando-se por isso o branco ou o preto. Contrastes também são conseguidos através do brilho, da pureza e do calor de um determinado tom.

Uma forma ou objeto cinza, sobre um fundo preto, parecerá mais claro; sobre fundo branco, parecerá mais escuro; sobre fundo vermelho, parecerá verde; sobre fundo verde, parecerá vermelho; sobre fundo amarelo, parecerá roxo; sobre fundo roxo, aparecerá amarelo; sobre fundo azul, parecerá laranja e sobre fundo laranja, azul. Assim, uma pessoa de pele clara, com traje preto, parecerá pálida e, se for de pele escura, com traje claro, parecerá mais escura.

A cor além de produzir uma sensação de movimento, de expansão e de reflexão, pode também nos oferecer uma impressão estática. Mas ao relacionar uma cor a outras, dentro do espaço bidimensional, um outro fenômeno pode acontecer. Podemos observar que os valores apresentados por uma determinada cor se alteram quando ela passa a sofrer a influência de uma ou mais cores colocadas dentro de um mesmo espaço. O uso da cor complementar ao

lado da primária produz efeitos que podem ter conseqüências diferentes, conforme a utilização que deles se fizer. A complementar acentua o brilho da cor, o que pode aumentar o seu efeito e a sua beleza. Mas tem também a desvantagem de diminuir a legibilidade, e isso, na mensagem gráfica, é ponto fundamental.

O contraste entre as superfícies ocupadas pelas cores deve se adequar ao efeito que estas produzem ao serem observadas. As cores quentes, por exemplo, têm uma expansibilidade maior e, conseqüentemente, requerem menos espaço, ao contrário das cores frias, que têm um movimento reflexivo e, portanto, dão a impressão, sempre de ocupar um lugar menor.

2.3 – Dimensão

Cor é dimensão, porque aumenta ou diminui, aparentemente, objetos e ambientes. As cores podem criar um espaço. Toda cor possui uma ação móvel, que torna as distâncias visuais relativas. O campo torna-se elástico. Uma parede preta parece aproximar-se. Se pintarmos, por exemplo, de preto o forro de uma sala, ele parecerá mais baixo e a sala mais acolhedora. Porém se as paredes forem claras, elas “recuarão” e tornarão o ambiente mais amplo.

Não se pode negar que, do ponto de vista sensorial, as cores recuam ou avançam. O próprio volume de um objeto pode ser alterado pelo uso da cor. Uma superfície branca parece maior, pois a luz que reflete lhe confere amplitude. As cores escuras, ao contrário, diminuem o espaço.

2.4 – Peso

A cor pode causar a ilusão de volumes mais leves ou pesados, além disso, pode ser um elemento de peso, tornando equilibrada ou desequilibrada uma composição. Esse equilíbrio pode ser proporcionado pelas sensações suscitadas pela cor, adequando cada uma ao espaço que deve ocupar, sendo que as cores quentes necessitam um espaço maior, pois se expandem, as cores frias necessitam menos espaço, pois se contraem.

Em uma experiência efetuada com certo grupo de pessoas e algumas caixas com pesos idênticos, porém umas pintadas com amarelo claro e outras com marrom escuro. O objetivo consistia em transportar os volumes de um ponto A para um outro B, alguns metros mais adiante. Espantosamente, verificou-se que todas as pessoas que tomaram parte na experiência, empenharam-se em transportar primeiramente as caixas de cor amarela e por fim afirmaram que os volumes desta cor eram bem mais leves que os marrons.

2.5 – Cromoterapia

Em certas épocas atribuíam-se poderes fantásticos às cores. Elas foram intrinsecamente ligadas aos mistérios da medicina e alquimia, simbolizando doenças, curas e experiências milagrosas. É possível que estes tenham sido os primeiros sinais da moderna cromoterapia. Nas páginas da história antiga encontram-se relatos sobre Pitágoras e Galeno que, majestosamente, praticaram a terapia pelas cores.

Já há bastante tempo tem se verificado uma relação entre nossas sensações visuais e o nosso organismo. Médicos, psicólogos e pesquisadores científicos em várias partes do mundo têm intensificado suas pesquisas sobre essa relação aparentemente inexplicável.

Os efeitos da cromoterapia praticada por alguns especialistas têm resultados comprovados, tanto como é certa a influência dos raios ultravioleta na cura de cáries, anemia e doenças de pele. Pesquisas confirmam que o vermelho puro atua diretamente sobre o ramo simpático do sistema neurovegetativo. O ramo simpático fica ativo durante os estados de excitação emocional e o vermelho põe em funcionamento este sistema. Já o azul, produz o efeito exatamente contrário: atua no ramo parassimpático do sistema neurovegetativo. O ramo parassimpático está ativo durante os estados de repouso e serve para conservar os recursos do corpo.

Paralelamente aos efeitos físicos, temos a função psicológica, exercida pela manipulação e o trabalho criativo com as cores. Pelas mais diversas razões, pessoas com problemas psicológicos têm inibições e repressões que as impedem de agir, vencer, trabalhar e vivenciar plenamente a realidade. No trabalho com tintas, além de se expressar, o indivíduo tem a possibilidade de construir seu mundo, modificar a realidade livremente; brigar com o preto ou o marrom, expandir-se na alegria dos vermelhos e amarelos. Pode criar e também destruir simbolicamente o que é proibido no dia-a-dia. As cores podem representar os pais, irmãos, a vida frustrada, a afetividade ou sexualidade insatisfeitas, aos quais o sujeito pode dar vida e também destruí-los sem prejuízo real.

3 – Psicologia das Cores

A reação do indivíduo à cor é uma maneira particular, subjetiva e relacionada a vários fatores. Entretanto os psicólogos estão de comum acordo quando atribuem certos significados a determinadas cores que são básicas para qualquer indivíduo que viva dentro da nossa cultura. O homem se adapta à natureza circundante e sente as cores que o seu cérebro aceita e que chegaram a ele numa determinada dimensão de onda desde o seu nascimento. Essa dimensão de onda deixa sempre seu vestígio impresso em cada ser animal, vegetal ou mineral.

As cores constituem estímulos psicológicos para a sensibilidade humana, influenciando no indivíduo, para gostar ou não de algo, para negar ou afirmar, para se abster ou agir. Muitas preferências sobre as cores se baseiam em associações ou experiências agradáveis tidas no passado e, portanto, torna-se difícil mudar as preferências sobre as mesmas. Sua escolha pode estar baseada em seu tipo de personalidade, nas condições circunstanciais de sua vida ou em seus desejos e processos mentais mais íntimos, profundos e até inconscientes. As pessoas não escolhem necessariamente uma cor porque ela é boa para si próprias, mas porque gostam da cor, mesmo que esta possa ser contrária às suas necessidades.

Existem muitos testes psicológicos, que foram desenvolvidos para nos ajudar a conhecer mais sobre nós próprios, por meio do poder da cor. A atração forte de uma pessoa pelo vermelho indica o tipo de personalidade afirmativo e extrovertido, de alguém que tem vontade firme, enquanto a aversão a essa cor sugere um indivíduo tímido e provavelmente isolado da sociedade. As cores têm influências em nossos componentes físico, mental e emocional.

VERMELHO: Do latim *vermiculos* (verme, cochonilha, do qual se extrai uma substância escarlate, o carmim). Simboliza a paixão, o encontro, é uma das sete cores do espectro solar sendo denominada fundamental ou primitiva. Sua cor complementar é o verde, com o qual forma o cinza, quando em partes opticamente iguais.

Em linguagem corrente, o vermelho é também chamado encarnado e rubro. Como a maioria das cores ele recebeu na antiguidade vários nomes relativos aos elementos naturais que tinham a mesma coloração. Sua antiga denominação conhecida é rubi, devido à semelhança com a pedra preciosa que tem esse nome. É a cor que mais se destaca visualmente e a mais rapidamente distinguida pelos olhos, mas que cansa com facilidade. A mais versátil das cores primárias, agradável à vista, torna-se porém muito pomposa, quando aplicada em grande áreas.

A cor vermelha, ainda, simboliza as paixões mais violentas dos homens, que ao mesmo tempo, se colocam nos extremos opostos dos sentimentos humanos: amor e ódio. Por isso dizem que é a cor da alegria, da atividade, do calor, do fogo, do poder, das paixões, do movimento, da força. É excitante e sexual, e por tal motivo a cor mais popular entre as mulheres. Mas é também a cor da raiva, da cólera, do pecado, da guerra, da crueldade e da destruição. Vermelho aumenta a tensão muscular, ativa a respiração e estimula a pressão arterial. É a cor indicada para pessoas retrospectivas e retraídas pois estimula a vitalidade e energia em todo o organismo vivo e, quando houver indolência, estimula a atividade. O vermelho faz a adrenalina circular, ajuda a circulação sanguínea dentro do corpo e promove a produção de hemoglobina para os glóbulos vermelhos novos. Essa cor aumenta a pressão sanguínea, promove o aquecimento do corpo e estimula o

sistema nervoso, motivo pelo qual pode ser usada com tanta eficácia para tratar de vários tipos de dormência e paralisia. Anemia, resfriados e pneumonia são outras doenças que podem ser melhoradas pelo vermelho.

No oriente, o vermelho evoca o calor, a intensidade, a ação, a paixão, sendo a cor dos rajás (soberanos indianos) e das tendências expansivas. No Japão, é o símbolo da sinceridade e da felicidade. De acordo com certas escolas xintoístas, o vermelho designa o Sul, a harmonia e a prosperidade. A partir da Comuna de Paris, o vermelho passou a simbolizar a revolução proletária e é atualmente identificado como símbolo ideológico. Em todos os países do mundo, o vermelho significa perigo e sinal fechado para o trânsito. Por sua capacidade de penetrar mais profundamente a neblina e a escuridão do que as outras cores, ele é usado como luz de alarme, nas torres elevadas, cimo dos edifícios e proas de embarcações.

O vermelho traz vigor às funções físicas e atenua a inércia, a melancolia, a tristeza, a depressão e a letargia. Essa cor transfere a energia necessária à reconstrução e à fortificação do corpo. Ela é particularmente útil para as fases de esgotamento ou baixa resistência. Atua como tônico e pode abortar os primeiros sinais de um resfriado. Nos casos de resfriado, um método prático de introduzir a energia do vermelho é usando meias ou luvas vermelhas e uma camiseta ou cachecol da mesma cor.

Também sugere motivação, atividade e vontade. Ele atrai vida nova e pontos de partida inéditos. O vermelho está associado ao calor e à excitação, com a iniciativa e a disposição para agir, com o espírito de pioneirismo que nos eleva. Persistência, força física, estímulo e poder são seus traços típicos. Afetuosidade e perdão são duas belas qualidades dessa cor, assim como a prosperidade e a gratidão. Amor físico e paixão carnal são sinônimos do vermelho.

Seus aspectos desfavoráveis incluem: indecência e grosseria, falta de polidez e certa obstinação podem começar a aparecer aqui. Crueldade física, brutalidade e perigo tornam-se mais evidentes. A intensidade e força intrínsecas do vermelho, podem transformar-se em raiva e fúria belicosa, ou se expressam sob a forma de brutalidade, crueldade, rancor ou revolta.

No vestuário esta cor faz com que você se sinta mais vigoroso, expansivo e pronto para avançar adiante em algum sentido evidente. Ela tende a atrair o olhar das pessoas e chamar a atenção. Se você usar vermelho, isso pode indicar que tem ardor e paixão, ferocidade e força. As pessoas que gostam de ação e drama apreciam essa cor. Vestir-se de vermelho também pode indicar sexualidade vigorosa. O vermelho não é recomendável para o tratamento de febres, hipertensão, ou quaisquer condições inflamatórias, como inchações, feridas abertas, queimaduras ou contusões.

Na decoração de interiores, sua melhor utilização é nos pisos, tapetes e passadeiras. Devido à sua agressividade somente é usado nas paredes em casos especiais, quando se deseja dar um toque de violência e alarde ao ambiente. Por essa razão, é empregado quase que exclusivamente no teto e paredes interiores de lojas, casas comerciais e de espetáculos.

LARANJA: Origina-se do persa *narang*, através do árabe *naranja*. Simboliza o flamejar do fogo. Quando produzido por luzes coloridas o laranja é cor terciária, em pigmento é secundária, complementar do azul. Representa, sob certos ângulos, a prosperidade, a fartura de frutos, e o sol. Resultado da mistura do vermelho com o amarelo, em equilíbrio óptico, é uma cor de grande brilho e quente por excelência, sintetiza as propriedades das cores que lhe dão origem. Possui a luminosidade de um e a excitação de outro.

É o dinamismo em forma de cor. Relaciona-se, poderosamente, com o ardor e entusiasmo, o que a torna muito popular. O alaranjado provoca uma sensação de alegria, uma certa euforia acompanhada de pensamentos agradáveis. Cor que facilita a digestão, lembra sabores agradáveis. Em comparação com cores mais frias, parece avançar em direção do observador, tamanho é seu poder de dispersão. As áreas coloridas com laranja parecem sempre maiores do que são na realidade. Pela sua propriedade de ser facilmente distinguido, é fartamente empregado nas sinalizações de indústria, identificando peças perigosas da maquinaria. Na decoração, entretanto, é

usado mais como complemento e adorno.

Aspectos favoráveis: assim como o vermelho, a cor laranja é expansiva e afirmativa; contudo é mais construtiva. O laranja reflete entusiasmo com vivacidade impulsiva e natural. Essa cor traz as "bênçãos da vida": boa saúde, vitalidade, criatividade e alegria, assim como confiança, coragem, animação, espontaneidade e atitude positiva frente à vida. Comunicação, movimento e iniciativa geralmente são elementos dessa cor, cujo atributo mais elevado é a beatitude celeste.

Aspectos desfavoráveis: o efeito colateral da cor laranja pode incluir uma atitude autoritária ou esmagadora. Isso pode ser expresso como ostentação ou traço exibicionista. As vibrações negativas do laranja estão associadas com descontentamento, melancolia e tristeza e, suas formas extremas são refletidas por perda da vitalidade, abatimento e destrutividade.

Os efeitos psicológicos do laranja começam pela energia dessa cor, que tem algumas semelhanças básicas com o vermelho e o amarelo, estimulando o sangue e os processos circulatórios e influenciando as funções mentais e os sistemas respiratório e nervoso. O laranja energiza o corpo e ajuda nos processos de assimilação e distribuição. Essa é a cor do cálcio e é recomendável para gestantes e mães que desejam aumentar a produção de leite para a amamentação. Cabelos, unhas, ossos e dentes saudáveis são produzidos por essa cor. O laranja pode ser usado no tratamento dos distúrbios do baço e dos rins.

Por exemplo, essa cor poderia ser introduzida em nosso sistema, usando-a em qualquer parte do copo da metade para baixo com calças e roupas íntimas. O laranja afeta as funções fisiológicas do estômago, pâncreas, bexiga e pulmões e trata úlceras e cálculos biliares. É particularmente eficaz para eliminar flatos e gases do corpo, trazendo equilíbrio aos indivíduos que sofrem de cólicas intestinais e cólon espástico ou preguiçoso. A constipação também pode ser tratada com sucesso pela cor laranja.

Essa cor estimula batimentos cardíacos mais fortes e é útil para o fígado. Portanto, essa é uma cor adequada para o tratamento dos alcoólicos. Em virtude do seu efeito sobre o sistema respiratório, o laranja também é muito útil no tratamento da bronquite, promovendo respirações rítmicas e profundas. Algumas das tonalidades mais suaves dessa cor podem ser usadas no tratamento da artrite e do reumatismo.

Se estiver usando roupas da cor laranja, você pode ter traços corajosos e aventureiros, demonstrando entusiasmo e zelo em qualquer coisa que faça, mesmo que isso consuma suas energias. As pessoas que usam essa cor são afirmativas e gostam de rir e fazer outras pessoas rirem. O uso de roupas da cor laranja também estimula a conversação e o senso de humor. O laranja não é adequado para pessoas facilmente irritáveis ou estressadas.

AMARELO: Deriva do latim amaryllis. Simboliza a cor da luz irradiante em todas as direções. É também cor fundamental ou primitiva. Em cor-pigmento, é uma das três cores primárias, em cor-luz é secundária. Pela proximidade ao verde é, entre as cores quentes, a mais fria; e também, a mais alegre das três cores primárias, mas a menos popular, principalmente em tonalidades escuras. E quando se apresenta em superfícies extensas, por ser uma cor que irradia muita luz, é desagradável à vista.

Representa a luz, a vida, a ação e o poder. Simboliza o ouro e com este, a força selvagem e a arrogância. E sob certos aspectos psicológicos, a cor da raiva, do atrevimento, dos impulsos e da falsidade. Mas o amarelo relaciona-se também com o sol, onde significa luz radiante, alegria e bom humor.

Quando misturado com preto adquire uma tonalidade escura, verdosa, bastante repulsiva. Torna-se então a cor de menor popularidade, constituindo-se como legítima representante do ciúme, doença, traição, indecência e desprezo. Personifica também, neste tom, o crime a perversidade. Misturado com branco, lembra pavor e a covardia. Em séculos passados, as casas de criminosos, traidores e ladrões foram pintadas de amarelo.

A cor amarela é sagrada na China. Para os chineses, o amarelo ou o preto significam a direção do Norte ou dos abismos subterrâneos onde se encontram as fontes amarelas que levam ao reino dos mortos. Entre os cristãos, o amarelo é a cor da eternidade e da fé. Une-se à pureza do branco na bandeira do Vaticano. Em vários países simboliza o despeito e a traição. É também o símbolo do desespero, por ser intenso, violento e agudo até a estridência. O amarelo com o roxo, aplicados sobre fundo preto, formam a combinação de cores mais usada em funerais. Está ligada também à impaciência e no trânsito significa espera, chamada de atenção para os sinais verde e vermelho.

Resumindo seus aspectos favoráveis pode-se afirmar que o amarelo é a cor mais clara e a que mais se assemelha ao Sol. Essa cor traz consigo a esperança e o sentimento de que tudo correrá bem. Ela tem uma atmosfera de esplendor, brilho, jovialidade e alegria. Amplo e ofuscante, é a mais desconcertante das cores, transbordando dos limites onde se deseja encerrá-lo, parecendo sempre maior do que é na realidade, devido à sua característica expansiva.

O amarelo é compreensivo e inspirador; ele refulge e ilumina e, em sua vibração mais positiva, essa cor corresponde ao conhecimento e à sabedoria. Razão e lógica são seus atributos e deles se irradiam discriminação intelectual, discernimento e capacidade de decisão.

Aspectos desfavoráveis: a vibração negativa do amarelo pode ser extremamente destrutiva. Ela envolve decepção, afastamento, comportamento controlador, discricção, maldade, comportamento vingativo e bajulação. Essa cor pode levar a uma negatividade extrema associada com depressão mental e pessimismo profundo.

Efeitos físicos do amarelo: o amarelo age reforçando o sistema nervoso e os músculos, inclusive o coração, facilitando a circulação. Essa cor ajuda a estimular várias funções corporais, tais como as ações do fígado, da vesícula biliar e o fluxo de bile. O amarelo promove a secreção dos sucos gástricos e alivia a constipação e indigestão, estimulando o trânsito intestinal normal. Essa é uma cor excelente para o tratamento dos distúrbios inflamatórios das articulações e tecidos conjuntivos e pode aliviar a artrite, o reumatismo e a gota.

Sente-se regularmente por algum tempo sob a luz do Sol e impregne-se dos raios amarelo-dourados radiantes, sempre que isso for possível.

O amarelo tem a capacidade de dissolver depósitos de cálcio dentro do organismo e, dessa forma, é eficaz para atenuar a rigidez e as dores articulares experimentadas durante o movimento. Essa cor também é purgativa e trabalha excepcionalmente bem, estimulando os rins e o fígado, além de dissolver as secreções mucosas do corpo. O amarelo pode limpar a corrente sanguínea e ativar o sistema linfático. Ajuda os pacientes diabéticos a reduzir a dose diária da insulina pancreática. Iodo, fósforo, ouro e enxofre contêm essa energia do amarelo.

Esta cor geralmente é usada pelos intelectuais, estudiosos e pessoas que gostam de ocupar posições de autoridade e de controle. Ela estimula a receptividade e a atenção aos detalhes. Vestir-se de amarelo "atrai a luz". Essa é a cor mais associada com o Sol e tende a gerar qualidades otimistas e positivas nas pessoas que a usam em suas roupas. Embora o amarelo seja uma cor que estimule o cérebro e as faculdades mentais, não é recomendável para qualquer pessoa que tenha doenças mentais ou neuroses graves.

VERDE: Vem do latim *viridis*. Simboliza a fixa harmoniosa que se interpõe entre o céu e o sol. O verde é uma das três cores primárias em cor-luz. Sua complementar é o magenta, em cor-pigmento, é cor secundária ou binária sendo complementar ao vermelho. Acreditavam os antigos que o ar era verde. Pela antiga filosofia chinesa, o verde era a cor do misterioso sangue do dragão. No Egito, o coração do faraó morto era substituído por um escaravelho de esmeralda, como símbolo de sua ressurreição. A verde Irin, antes de tornar-se Irlanda, foi a ilha dos bem-aventurados do mundo céltico. Entre as pedras preciosas, a esmeralda é a que tem o maior número de significados simbólicos, por encampar toda a linha de significações do verde. Na antiguidade, recomendava-se a esmeralda para os doentes da vista, especialmente para os que tinham a vista cansada.

Cor dos prados úmidos, verde é fresco, tranqüilo e confortante. Liberta o espírito e harmoniza com céus, terra e flores. O verde equilibra as emoções e é a cor que menos fadiga a vista. Por tal motivo as mesas de jogo, de bilhar, de cassinos, são revestidas com panos verdes. O verde situa-se entre o calor e movimento do amarelo e a estática e frieza do azul. É um termo de equilíbrio entre ambos. Por isso nos sugere, tão poderosamente, o repouso, convida à meditação e traz pensamentos amenos. Procura-se no verde uma harmonia perdida e, por isto, secundariamente, a associamos com a esperança e, primariamente, com a natureza. É a cor que aumenta aparentemente as dimensões internas de uma peça. Associa-se também com perfume seco, realização e superfícies onduladas.

Conta com aspectos favoráveis como sua energia que reflete participação, adaptabilidade, generosidade e cooperação. Essa cor atenua as emoções, facilita o raciocínio correto e amplia a consciência e compreensão. Ela é a imagem da segurança e da proteção e cria um ambiente propício para tomar decisões. Espaço, liberdade, harmonia e equilíbrio são aspectos que se originam do sentimento natural de justiça do verde. Essa cor atua como um sinal para a renovação da vida e sua vibração mais elevada reflete o espírito de evolução.

Aspectos desfavoráveis: avareza, indiferença e insegurança são algumas das expressões negativas da cor verde. Raciocínio precário, cautela excessiva e suspeita estão representados na natureza negativa dessa cor e, junto com a precocidade, podem indicar ciúmes, inveja, egoísmo e preconceito. Em seus níveis mais inferiores, o verde promove estagnação e por fim degeneração.

Efeitos físicos do verde: a cor verde é particularmente benéfica para o sistema nervoso simpático e é útil para a cura em geral, equilibrando e recuperando as células. Essa cor está relacionada com o coração e produz um efeito direto sobre as funções cardíaca e pulmonar. Ela dissolve coágulos sanguíneos e elimina a estagnação e o endurecimento das células. A cor verde ajuda na formação dos músculos, da pele e dos tecidos. Também ajuda na eliminação de substâncias tóxicas e atua como um adstringente suave.

O verde atenua a tensão e pode reduzir a pressão sanguínea. Ele produz um efeito sedativo e relaxante, embora possa causar sonolência, cansaço ou irritabilidade, se não for usado corretamente.

Já que essa cor é capaz de influenciar a estrutura celular básica, pode ser usada para tratar tumores, cistos e proliferações. Ela é particularmente adequada para os problemas torácicos, como: asma, bronquite crônica e angina. Passeios freqüentes nos parques da sua cidade ou em áreas rurais para "respirar ar puro" também são eficazes nesse sentido.

O verde das roupas tende a refletir tipos convencionais, pessoas que gostam de ater-se ao que é certo e justo e que preferem não sobressair numa multidão. Os indivíduos que apreciam essa cor geralmente gostam da natureza e da segurança que ela traz. O verde também é usado para tratar as condições inflamatórias do fígado, resfriados e dores de cabeça. Já que essa cor atua como uma força equilibrante, atenua o medo em situações traumáticas e é eficaz no tratamento do choque. A cor verde também ajuda as pessoas que sofrem de claustrofobia.

AZUL-TURQUESA: Produz uma vibração constante, que não subjuga ou perturba de forma alguma. Essa cor tem uma aura de vivacidade e percepção, que confere mais clareza de expressão. Essa cor nítida e brilhante tem uma qualidade atenciosa e receptiva, que irradia bem-estar. Ela é liberal, prestativa e triunfante. O frescor do azul-turquesa oferece a oportunidade de mudança e, por fim, de transformação em seu nível mais elevado.

Aspectos desfavoráveis: algumas vezes, o azul-turquesa pode ser prejudicado por uma imaturidade, que se evidencia como confusão e incapacidade de progredir na vida. Isolamento e separação são outros atributos negativos, com sensações de vazio e falta de clareza nos níveis emocional, mental e espiritual.

Efeitos físicos do azul-turquesa: ele é formado pela combinação do azul com o verde. Essa é uma cor refrescante, relaxante e maravilhosamente serena, que melhora qualquer condição inflamatória, como dor de cabeça, inchaços, cortes, contusões ou queimaduras. Na próxima vez que você se

cortar, coloque imediatamente sua mão sobre a área afetada, enquanto envia a energia antiinflamatória da cor azul-turquesa diretamente para essa região.

O azul-turquesa é particularmente adequado para problemas de pele, inclusive acne, eczema e psoríase. Essa cor atenua o estresse e as tensões e ajuda a eliminar os detritos tóxicos e a congestão do corpo. Atua sobre o sistema imunológico, formando uma proteção contra a invasão de bactérias e vírus perigosos. Colite, disenteria e febre são particularmente sensíveis ao azul-turquesa, que também ajuda nos processos de excreção. Essa cor facilita a drenagem dos seios da face, trata a fadiga mental e febre do feno. Ela reabastece todo o sistema orgânico. Na verdade, o azul-turquesa é a cor que parece ser mais popular para os pacientes com AIDS, principalmente nas fases iniciais da doença.

O azul-turquesa ajuda a clarear seus pensamentos e sentimentos, produzindo clareza em sua comunicação. Se você gosta de usar essa cor nas roupas, quer ser visto como portador de jovialidade e vivacidade. Essa cor não é recomendável para as pessoas indolentes ou estagnadas.

AZUL: Tem origem no árabe e no persa lázúrd, por lazaward. É a cor do céu sem nuvens. Dá a sensação do movimento para o infinito. Por ser a mais escura das três cores primárias, o azul tem analogia com o preto. Em razão disto, funciona sempre como sombra na pintura dos corpos opacos, numa escala de tons. Nas luzes coloridas, sua complementar é o amarelo. Misturado ao vermelho, produz o magenta, e ao verde, o ciano. Em cor-pigmento, sua complementar é o laranja. Com o vermelho produz o violeta e com o amarelo, o verde. Todas as cores que se misturam com o azul esfriam-se, por ser ele a mais fria das cores.

Assim como o amarelo está mais próximo da luz, o azul está mais perto da sombra. E, em tonalidades claras, é bastante agradável à vista. A exemplo do verde, também pode ser usado em grandes superfícies, sem se tornar cansativo. Associa-se intimamente à perspectiva de espaço e de tempo. Enquanto o verde é um repousante físico, o azul é um tranqüilizante. E assim como o vermelho, amarelo e o laranja avançam, o azul, o verde e o violeta fogem.

O azul e o verde são consideradas cores essencialmente atmosféricas, expandem-se e se distanciam. O azulado da atmosfera e a cor branca da neve estão ligadas em nossa mente com relações de de frio. É por isso que encontram, termicamente, em nosso subconsciente, efeitos emocionais paralelos. A associação primária ao azul é o gelo. As outras são o ar, água, calma e cristal. Mas também é associado, preferencialmente, com bom gosto, prestígio, som agradável e melodioso.

Cor típica da quietude, o azul cria a impressão de espaço, serenidade e paz. Azul também expressa solidão e tristeza em certos países. É a cor da pureza. De tudo que é simples, fresco, calmo e tranqüilo. Embora sendo uma cor mais fria é, entretanto, a que apresenta maior brilho entre as suas irmãs de temperatura. Como exceção à regra, em estado cromático, usada nos forros, em vez de distanciar-los, aproxima-os, aparentemente, mais alto, e ao mesmo tempo leve, amigável e celeste. Além de simbolizar conservadorismo é também a cor da inteligência, das vocações intelectuais, da frieza e do raciocínio.

Aspectos favoráveis: o azul assinala a entrada nos domínios mais profundos do espírito e uma das suas qualidades mais sutis é a aspiração. Essa cor faz parte do espectro frio e, por sua quietude e confiança, promove a devoção e a fé. O azul é uma cor popular associada ao dever, à beleza e à habilidade. A serenidade dessa cor traz consigo paz, confiança e sentimentos curativos agradavelmente relaxantes. Sua fluidez e força serena são traços atraentes, que provocam admiração por parte das outras pessoas.

Aspectos desfavoráveis: a natureza da cor azul é procurar e buscar sem cessar. Os aspectos comuns da vibração negativa dessa cor são dúvida e descrença, assim como a falta de habilidade. Essa cor é fantasiosa e estimula os devaneios, a tendência ao desleixo, a fatuidade e a desconfiança. Partindo do cansaço, da indolência e da apatia, o azul pode levar a um estado de melancolia, atraindo por fim uma sensação generalizada de inércia.

Efeitos físicos do azul: a cor azul produz um efeito relaxante e tranquilizador. Ela é o antídoto para o vermelho e pode ser usada com sucesso para tratar condições febricitantes, frequência de pulso acelerada e pressão sanguínea alta. Em geral, essa cor reduz o calor e a inflamação do corpo, como ocorre nos casos de queimadura solar ou intermação. O azul promove serenidade e elimina tensões, estresse e dores de cabeça, além de tratar todos os distúrbios da garganta ou das cordas vocais, tais como dores de garganta, tosses, rouquidão e laringite.

Essa cor tem sido usada com sucesso para tratar distúrbios menstruais, como: cólicas, dor lombar ou até mesmo sangramento excessivo. As mulheres com problemas menstruais podem usar a qualidade curativa da cor azul pouco antes, durante e depois das menstruações. Roupas de dormir, calcinhas e roupões de banho azuis, assim como roupas de uso diário da mesma cor podem ser considerados; além disso, itens domésticos, como roupas de cama e toalhas de banho, também podem ajudar a atenuar os distúrbios menstruais.

Uma luz azul acesa durante a noite também pode ajudar a reduzir e aliviar a tensão e as dores menstruais.

Outros distúrbios para os quais a cor azul poderia ser útil são: enxaqueca, meningite, colite, disenteria, insônia e diarreia. Essa cor é particularmente adequada para os problemas infantis, como erupção de dentes, inflamações na garganta, amidalite, sarampo, coqueluche, catapora e soluços. Alguns problemas oculares podem ser tratados com o azul, inclusive miopia, catarata e fotofobia.

Vestir-se de azul sugere espiritualidade e ordem. As pessoas que usam essa cor refletem um desejo de paz e quietude, tranquilidade e até mesmo solidão. Essa cor não é ameaçadora e o indivíduo que a utiliza por certo valoriza a lealdade e a honestidade. O azul não é aconselhável para tratar paralisia, pressão sanguínea baixa ou resfriados. Além disso, essa cor não é recomendável para melancolia ou depressão.

VIOLETA: Diminutivo do provençal *viula* (viola). Violeta é o nome genérico que se dá a todas as cores resultantes da mistura do vermelho com azul, desde os azuis-marinhos que se avermelham até os carmins que se esfriam. Numa maior precisão vocabular, essas tonalidades são denominadas violáceas, deixando-se a palavra violeta para o ponto de equilíbrio ótico da mescla do vermelho e azul (comumente chamado roxo). Com um caráter melancólico, sugerindo resignações e aflições, apresenta entretanto traços de solenidade e de frescura confortantes. Na religião, é um símbolo de penitência. O violeta lembra a decadência do homem e representa as leis místicas em forma de cor. Se relaciona com a saudade e velhice. Cor de mistérios, feitiços, angústias, melancolias e tormentos. Recorda sofrimentos e tristezas.

O violeta é frio e negativo. É de uma solenidade muito mais profunda que a do azul. Porém, em tonalidades claras, expressa delicadeza. No forro, é pesado e oprime: nas paredes acoberta o consciente e alerta o subconsciente, não é usado no assoalho, pois não nos sentimos bem ao pisar em “alguma coisa triste” ou numa “eminência”. Há pessoas que sentem tamanha intolerância pelo violeta, que esta chega, às vezes, a se estender até as suas cores vizinhas, azul-violeta e vermelho-violeta. Estas cores, pela pouca luz, e pelos seus aspectos eminente e misteriosos, prendem-se poderosamente a acontecimentos desagradáveis, ocorridos ainda na infância.

Desde os tempos mais remotos o violeta impressionou os homens. Não sendo fácil produzir essa coloração por nenhum dos meios que lhes estavam ao alcance, a ametista passou a simbolizar a própria cor. O violeta foi considerado símbolo da alquimia. Sua essência indica uma transfusão espiritual, a influência de uma pessoa sobre outra pela sugestão, a persuasão, o domínio hipnótico e mágico. Afirma-se que o violeta é a cor da intranquilidade e inquietude dos artistas e daqueles que têm horizonte psicológico amplo, marcado pela criatividade inovadora.

Aspectos favoráveis: essa cor, formada pela combinação do azul com o vermelho, reflete dignidade, nobreza e respeito próprio. Essa é a cor da realeza e, em sua forma mais sublime, vibra com a força da integração e da unidade. Quando sua qualidade intrínseca estiver coligada pela energia psíquica com a visão e intuição, essa cor será o agente do próprio destino. Dons artísticos,

tolerância e consideração estão associados à cor violeta. Sua força tranquilizante e suavizante representa um idealismo prático imbuído de humildade.

Aspectos desfavoráveis: o lado negativo da cor violeta inclui esquecimento e falta de persistência. Irreflexão, desrespeito e atitude autoritária e exigente originam-se do uso incorreto dessa energia. Ela pode degenerar-se em idealismo sem resultado prático, isolamento, corrupção e desintegração. Orgulho e arrogância também estão presentes nesse nível.

Efeitos físicos do violeta: a cor violeta normaliza todas as atividades hormonais ou glandulares, já que está ligada à função da glândula hipófise, situada na base do cérebro. Essa cor tem ação eficaz na meningite cérebro-espinhal, concussões, epilepsia e quaisquer outros distúrbios nervosos ou mentais, tais como neurose obsessiva e distúrbios da personalidade. O violeta alivia nevralgias e problemas associados aos olhos, ouvidos e nariz.

Essa cor é particularmente valiosa como purificador do sangue e ajuda na formação dos leucócitos (células brancas do sangue). A cor violeta ajuda a manter o equilíbrio do sódio e potássio no corpo que, por sua vez, facilita o controle do equilíbrio hídrico e normaliza os ritmos cardíacos. Os pulmões, o fígado e os rins também podem ser tratados com sucesso com essa cor. Dor ciática e distúrbios nervosos, em geral, são melhorados pela cor violeta.

O uso de roupas violeta gera sentimentos como respeito próprio, dignidade e auto-estima. Essa é a cor usada pelos sacerdotes católicos para refletir santidade e humildade. Em virtude da sua riqueza, ela também está associada com o monarca, a extravagância e a prosperidade. Muitos artistas preferem essa cor para suas roupas, talvez por causa das suas qualidades espirituais ou criativas.

MAGENTA: É a mais refinada e sutil dentre todas as cores, o magenta transmuda desejo em seus equivalentes físicos. Dedicção, reverência, gratidão e comprometimento são características atribuídas a essa cor, cujo empenho é expressar o idealismo em sua forma mais pura.

Na Roma antiga o magenta (púrpura) ligava-se à idéia da primeira magistratura, devido à vestimenta púrpura ou com ornados purpurinos usada pelos magistrados. É associada à Júpiter símbolo da justiça, em oposição a Marte deus da guerra que tem como símbolo o vermelho-laranja. Expressa vida consciente, e associa-se facilmente à conceitos como rico, poderoso e vigoroso.

A cor magenta é a última do espectro, trazendo consigo um grau elevado de compreensão e maturidade, em consequência da sua passagem por todas as outras cores. Habilidade administrativa é uma de suas características, junto com grande compaixão. O magenta é uma cor protetora e nutriente, quente e suave, cuja expressão mais elevada é o amor espiritual ou incondicional.

Aspectos desfavoráveis: esse lado da cor magenta pode gerar a energia da superioridade, que tende a levar ao esnobismo, à arrogância e por fim ao isolamento. Os aspectos negativos dessa cor podem resultar num comportamento fanático, monopolizador e autoritário. Falta de amor próprio, desprezo pelas necessidades alheias e insegurança estão na faixa negativa do magenta. A auto-estima exacerbada pode resultar do uso indevido do conhecimento e poder intrínsecos a essa cor.

Efeitos físicos do magenta: essa cor aumenta a irrigação sanguínea do cérebro e estimula o sistema nervoso simpático. Alivia dores de cabeça, resfriados, pressão alta e cansaço crônico ou esgotamento nervoso.

Se você tem uma tendência a entrar em estafa, tente usar as cores do magenta ou rosa. Um método adequado de receber a energia do magenta seria tratar-se com algum tipo de relaxamento, tal como massagem, ou um período de descanso. Essa cor também é particularmente adequada para amnésias e comas. O magenta melhora a função do coração, inclusive distúrbios como sopros cardíacos e palpitações. A energia dessa cor é suave, calmante e protetora. Ajuda a expandir as respirações, a energizar as glândulas supra-renais e as regiões dos rins e também pode ser usada como diurético. O magenta pode atuar como estabilizador de distúrbios emocionais e é eficaz para casos em que houver comportamento violento ou agressivo.

Vestir roupas dessa cor gera sentimentos de suavidade, afetuosidade e docilidade. Ela estimula afeição e sentimentos como amor e compaixão. Devido à contribuição do vermelho para a produção dessa cor, o magenta também transmite uma mensagem sexual poderosa, que pode ser manipuladora num nível sutil. Se você gosta de vestir-se com essa cor, isso pode indicar que quer expressar sua sensualidade.

PRETO: Do latim *niger* (escuro, preto, negro). É expressivo e angustiante ao mesmo tempo, porém pode se tornar alegre quando combinado com certas cores. O preto não é cor. Seu aparecimento indica a privação ou ausência da luz. Em condições normais, o preto absoluto não existe na natureza.

Nas artes decorativas e artes gráficas em geral, tem emprego indispensável como elemento de contraste para ressaltar a qualidade dos matizes, o preto modifica o efeito das cores, realçando seus tons. Leves toques de preto pela casa, dão um certo aspecto agradável na decoração, distinto, mas quando usado em abundância torna-se vulgar. Quando misturado em qualquer cor, agrava as influências negativas. É a “negação”, o próprio “não”. Psicologicamente, relaciona-se com azar, maldição e perversidade. Nas civilizações ocidentais tem significado de aflições, morte, tristeza e solidão. O preto é associado a objetos pesados, sons desagradáveis, angústia, opressão, medo, pânico, inibição e ódio. É depressivo, solene profundo e dominante.

O preto encarna a profundidade da angústia infinita, em que o luto aparece como símbolo da perda irreparável. Neste sentido, em certa interpretação do Zoroastrismo, Adão e Eva se cobrem de preto ao serem expulsos do paraíso, numa representação do mal sem remédio. Evocando o caos, o nada, o céu noturno, as trevas terrestres, o mal, a angústia, a tristeza, o inconsciente e a morte, o preto é o símbolo maior da frustração e da impossibilidade. Biblicamente significou a estigmatização de Caim e seus descendentes, e ainda hoje está ligado à condenação e à danação da alma, mas, sublimando-se representa renúncia à vaidade deste mundo, originando os mantos negros, proclamação da fé no Cristianismo. No Egito, uma pomba negra era o hieróglifo da mulher que sofre viuvez até o fim de seus dias. Na antiga Grécia, a vela negra içada ao mastro dos navios, revelando tragédia, simbolizava a fatalidade.

Em geral, essa cor é usada por pessoas que rejeitam a sociedade ou se rebelam contra as normas sociais. O preto é uma cor que nega a luz e as pessoas que a usam nas roupas rejeitam a luz em si próprias, empurrando-a para longe e não permitindo que ela seja absorvida. Essa é a cor usada pelos homens de negócio, policiais e padres para refletir poder e autoridade. O preto é percebido como escuro e misterioso e também pode significar sexo. Contudo, essa cor também é usada pelas pessoas que preferem parecer tradicionais e responsáveis.

BRANCO: A palavra branco nos vem do germânico blank (brilhante). Simboliza a luz, e nunca é considerado cor. Se para os ocidentais simboliza a vida e o bem, para os orientais é a morte, o fim, o nada. Resultado da mistura de todos os matizes do espectro solar, o branco é a síntese aditiva das luzes coloridas. Um corpo branco, teoricamente, reflete a totalidade dos raios luminosos que incidem sobre ele. É por isso que os objetos brancos parecem maiores. O branco realça sempre as cores próximas, tornando-as mais atrativas. Sua influência, quando misturado em qualquer cor, sempre é positiva. Significa, essencialmente, o “sim”, a afirmação.

Uma habitação completamente branca pode oferecer certo encanto para alguns, mas para outros, torna-se terrivelmente fria e impessoal. E, além disso, o branco só será verdadeiramente branco quando receber uma luz intensa. Mas, além de luminoso e delicado, psicologicamente, o branco representa paz, castidade, inocência, pureza e a verdade. Para muitos é a cor da honestidade e integridade. O branco também é associado com prestígio, economia, distinção superioridade silêncio, leveza, tranqüilidade, superfícies lisas, calma e segurança. Do ponto de vista perceptivo e psicológico é tão vazio quanto o preto. Ambos produzem o mesmo efeito e se confundem em simbologia pois, em alguns países, o branco significa luto. É a cor do vazio interior, da carência afetiva e solidão.

As roupas brancas têm sido associadas à limpeza, à pureza e a inocência. Nos países orientais, o branco é usado como uma cor adequada para a morte e o pesar, aceitando que a pessoa morta partiu do mundo físico para um plano espiritual mais puro. Essa é a cor do desprendimento. O branco reflete todas as cores e as pessoas que o utilizam nas roupas podem fazê-lo para manter-se refrescadas sob o calor dos raios solares.

MARROM: Do francês marron (castanho). Tanto os marrons como os ocre, não existem como luzes coloridas, por serem amarelos sombrios ou quase trevas. Em pintura ou em artes gráficas, o marrom se obtém por mistura de amarelo, vermelho e preto. Contém o negativismo do preto e a violência e impulsividade do vermelho. É a cor da resistência psicológica, da persistência daqueles que nunca abandonam um caminho traçado, mesmo que muitos possam sucumbir e o próprio sujeito se exaurir. A teimosia surda e a força energética marcam reações obstinadas e duras. Aqueles que têm preferência por essa cor são pessoas pouco sensíveis ao sofrimento alheio, não gostam de ouvir os problemas dos outros e, conseqüentemente, são egoístas não se colocando no lugar do outro.

A cor marrom geralmente está associada com terra e estabilidade. O marrom é uma cor envolvida com o enraizamento e a criação de fundações firmes para o futuro (semelhante ao lado positivo do vermelho). Ele também contém a qualidade poderosa do preto, no que se refere à autoridade, à confiança interior e à auto-afirmação. Uma pessoa que gosta de vestir-se com marrom por certo é extremamente dedicada e comprometida com seu trabalho. No lado positivo, essas pessoas são práticas e materialistas na vida, mas em seu aspecto negativo elas podem ser profundamente inseguras e instáveis. A cor marrom gera organização e constância, especialmente nas responsabilidades do cotidiano. As pessoas que gostam de usar essa cor são capazes de ir "à raiz das coisas" e lidar com questões complicadas de forma simples e direta. Elas não são pessoas "insensatas".

CINZA: Do Latim *cinicia*, simboliza a posição intermediária entre a luz e a sombra. É o meio termo entre o branco e o preto. Geralmente costuma simbolizar a tranquilidade e o sossego, assim como a sobriedade, moderação, prudência, modéstia, sensatez, resignação e humildade que acompanham a idade avançada. Também é associado com segurança, intranqüilidade, tristeza, superfícies ásperas, gosto, salgado, conteúdos úmidos, frio e em certos casos com orgulho.

O cinza é usado nas habitações como valor intermediário, ou como contraste para cores intensas. Se empregarmos cinza em demasia, sombrearemos o ambiente. Usado moderadamente seus resultados são excelentes. Cor neutra e fria, o cinza representa fundir os estímulos, simplificá-los. Mais do que qualquer outra cor, o cinza corresponde ao mecanismo de defesa "negação da realidade". O exagero na sua escolha pode ser indício do mal da "mitomania": o sujeito não consegue distinguir os limites entre realidade e fantasia. Exprime introversão e participação social distante de forma mecânica e estereotipada. O indivíduo que escolhe o cinza, escolhe a neutralidade de sentir, por temor à frustração e ao suposto sofrimento.

Associado muitas vezes à prata, ao metal, ao aço, é também a cor da lua e demonstra uma frieza característica, uma aridez. É associado à tecnologia, principalmente informática e técnicas "frias", onde acaba por ser muito bem aplicada. Também demonstra limpeza e higiene, herdando tais características do branco. Muito usada também para demonstrar requinte, elegância e segregação.